

Bulletin

Inhalt/Contenu

Die neue Broschüre Grundlagentests GLT	1
Das Schwimmheft von swimsports.ch	2
Tests de base natation	2
Carnet de natation	3
Test di base del nuoto	3
Il libretto del nuoto	5
Jahresbericht 2009 des Präsidenten	5
Jahresbericht 2009 Ausbildungsverantwortlichen	6
Rapport annuel de la Cellule romande 2009	7
Family Beach Days	7
Jahresbericht 2009 des Geschäftsführers	9
SI-Ausbildung 2011	9
Schwimmtechnik pur im Kurs aqua-progress.ch	9
Schwimmen in offenen Gewässern	10
Nage en eau libre	10
Brassards testés par la Fédération romande des consommateurs FRC	10
Wasser-Sicherheits-Check wird obligatorisch	10
<i>«Subito in acqua». Le coccole per il bimbo, il fitness per mamma e papà</i>	10
Rapporto Antenna Ticinese 2009	11
Formazione aqua-family.ch in Ticino	11
aQuality.ch	11
Schweizerischer Schwimmverband	12
Neue Ausbildungsstrukturen SLRG	13
Nouvelles structures de formation SSS	14
Fédération Suisse de Natation	15
Zusammenarbeit von swimsports.ch und PLUSPORT Behindertensport Schweiz	16
Aquademie-News	16

Die neue Broschüre Grundlagentests GLT

Hier sind sie, die überarbeiteten Grundlagentests!

Sie halten die neue Broschüre der Grundlagentests «Ausgabe 2010» in den Händen! Wir freuen uns sehr, Ihnen diese nach etlichen Monaten intensiver Auseinandersetzung mit Übungen, Formulierungen und der Bildauswahl überreichen zu können.

Wir hoffen, dass die meisten Änderungen Ihren Vorstellungen entsprechen. Da es unmöglich ist, alle Wünsche und Ansichten zu berücksichtigen, ist ein solches Werk immer ein Kompromiss zwischen Wunsch- und Machbarem.



Die wichtigsten Neuerungen in Kürze

- Im Frosch MUSS in Rücken- und Bauchlage geschwommen werden. Das erschwert diese Stufe etwas, v. a. für Kinder, welche vorher eine bevorzugte Lage hatten und die andere Lage nicht schwimmen wollten.
- Der «Superman» wurde in den Pinguin integriert, eine schon lange bekannte Übung, welche ein absolutes MUSS beim Aufbau des Krauls ist. (Wer erin-

tert sich noch an Heinz Walder mit seinem für viele prägenden Unterricht!)

- Das «Pedalo» wurde zum «Eisbärschwimmen», damit die Kinder mit den Armen weiter nach vorne greifen und nach hinten ziehen (eigentlich ein Unterwasser-Kraularmzug).
- Der «Scheibenwischer» wurde ins Krokodil versetzt.
- Die meisten Sprünge sind aus den GLT verschwunden, nicht weil wir finden, die Kinder sollten nicht mehr ins Wasser springen, sondern aus dem einfachen Grund, dass in vielen Lehrschwimmbädern aus Sicherheitsgründen gar nicht gesprungen werden kann. Für all jene, welche in einem Bad unterrichten, in dem gesprungen werden darf: bitte SPRINGT weiter, auch wenn das in den GLT nicht mehr explizit getestet wird.
- Im Tintenfisch wird beim «Slalom» der Brustarmzug eingeführt. Dies ist wichtig, damit im Krokodil die Übung Kraul-Brust-Mix geschwommen werden kann und damit eine gute Basis gelegt ist, um im Eisbär die ganze Lage Brust schwimmen zu können.
- Im Krokodil wird schon die ganze Lage Kraul in einer Anfängerform verlangt.
- Im gleichen Test der Kraul-Brust-Mix, eine ideale «Schwimmart» für Kinder.
- Das Wasserstampfen (nicht zu verwechseln mit dem Wassertreten im Synchronschwimmen oder im Wasserball), ein einfaches nach unten Stampfen im Tiefwasser als «Überlebensübung» und Vorübung zum Wasser-Sicherheits-Check.
- Die «Entenfüsse», vorher im Eisbär, werden nun schon im Krokodil eingeführt, damit im Eisbär die ganze Lage Brust geschwommen werden kann.
- Die Übung «Delfin» (Delfinkörperbewegung) rutschte vom Krokodil in den Eisbär.
- Die ganze Lage Brust wird im letzten GLT eingeführt und getestet, damit das von vielen Eltern erwartete «richti-



z.B.
5000
 Flyer A6.
 144.-

printzessin.ch

Günstig, schnell
und einfach drucken:
Flyer, Postkarten,
Viritenkarten, Plakate.

SCHAU VORBEI AUF WWW.PRINTZESSIN.CH

Redaktion:

swimsports.ch
Elisabeth Herzig
8180 Bülach
Telefon 044 737 37 93, Telefax 044 737 04 11
E-Mail: admin@swimsports.ch

Druck: Jordi AG – das Medienhaus, 3123 Belp

swimsports.ch – Die Vereinigung der am Schwimmsport interessierten Verbände und Institutionen der Schweiz.

Mitglieder von swimsports.ch

EHSM, Eidg. Hochschule für Sport Magglingen
SBV, Schweizerischer Badmeister-Verband
SLRG, Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft
SSCHV, Schweizerischer Schwimmverband
SVSS Schweiz, Verband für Sport in der Schule
APR, Association des Piscines Romandes et Tessinoises
HEER, Kommando Ausbildung Heer
IBSW, Institut für Bewegung und Sportwissenschaften der ETH-Z
ISPW, Institut für Sportwissenschaft der Uni Bern
ISSEP, Institut des sciences et de l'éducation physique Uni Lausanne
LLS, Lungenliga Schweiz
PLUSPORT, Behindertensport Schweiz
PS, Pro Senectute Schweiz
RLS, Rheumaliga Schweiz
SATUS Sportverband
SVH, Schweizerischer Verband Halliwick
SUS, Sport Union Schweiz
SUSV, Schweiz. Unterwasser-Sport-Verband
Swiss Triathlon
SVG, Vereinigung für Gesundheits- und Umwelttechnik
VHF, Verband Hallen- und Freibäder



for swimming

Gymnastikmatten, Schwimmhilfen,
Wassersport, Schwimmbadgeräte,
Wasserball, Hydro-Therapie,
Schwimmleinen, Badeplausch.
Verlangen Sie unseren Katalog!



Aquafun AG
Olsbergerstrasse 8, 4310 Rheinfelden
Tel. 061 /836 70 80, Fax 061 /836 70 81
E-Mail: info@aquafun.ch

Internet: www.aquafun.ch

ge Schwimmen» in der Schwimmschule unterrichtet wird und nicht von den Eltern vermittelt werden muss.

- Der WSC ist im Eisbär integriert, damit wir sicher sind, dass alle Kinder, welche die 7 GLT durchlaufen haben, eine Sensibilisierung zur Wasser-Sicherheit durchgemacht haben. Im Eisbär muss nicht zwingend vom «WSC» gesprochen werden wenn die Kinder die Möglichkeit haben, diesen in der Schule oder im Bad zu absolvieren. Es soll aber sicher gestellt werden, dass die Kinder ihre Fähigkeiten richtig einschätzen können, sich nicht selber in Gefahr bringen und dass sie sich bei einem Sturz ins tiefe Wasser richtig verhalten können.
- Es müssen ALLE geforderten Testbedingungen erfüllt werden. Die «Sternli» bezeichnen diejenigen Kernübungen des jeweiligen Tests, welche sicher und wiederholbar absolviert werden müssen.

Umstellung auf die neuen Inhalte

Jede Schwimmschule und Schule muss überlegen, wie die Umstellung von den bekannten auf die neuen Inhalte sinnvoll gemacht werden kann.

Wir schlagen Ihnen vor, sich **genügend Zeit** für diese Umstellung zu nehmen und nichts zu überstürzen. Da die Tests eher erschwert wurden, braucht es eine schrittweise Umstellung, damit nicht Kinder (und Eltern) frustriert sind, weil das Kind mehr Zeit braucht, um z.B. vom «alten» Krokodil den «neuen» Eisbär zu erreichen.

Jede Umstellung braucht ein Konzept. Dieses muss jede Schwimmschule für sich selber erarbeiten und umsetzen. Gerne unterstützen wir Sie dabei und beantworten eventuelle Fragen.

Ziel ist es, dass in zirka einem Jahr nur noch die Ausgabe 2010 im Unterricht gebraucht wird und alle Kinder nach den «neuen» Grundagentests schwimmen lernen.

Wir wünschen Ihnen viel Spass mit «den Neuen»!
swimsports.ch

Das Schwimmheft von swimsports.ch

Das fundierte und erprobte **Schwimmheft für den Schulschwimmunterricht** wird in immer mehr Schulen eingesetzt

und erleichtert den Unterrichtenden das Definieren und Umsetzen von Lernzielen und das Dokumentieren der erreichten Resultate. Den Eltern ermöglicht es das Verfolgen der Lernfortschritte und den Kindern macht es riesigen Spass. Die Inhalte des Schwimmhefts sind den Bedürfnissen der Schule angepasst und wurden vor zwei Jahren neu konzipiert. Die Änderungen in den Grundlagen-tests haben also keine Auswirkung auf das Schwimmheft der Schule. Die Inhalte der Etappen sind **nicht identisch** mit den GLT, denn die Voraussetzungen im Schulschwimmunterricht sind anders als in einer Schwimmschule (Alter und Körpergrösse der Kinder, Lerntempo usw.). Es besteht die Möglichkeit, entweder ein schulangepasstes Schwimmheft oder das sehr beliebte 9-Etappen-Schwimmheft zu bestellen. Die Erfahrung hat gezeigt, dass viele Schwimmunterrichtende sehr gerne mit dem 9-Etappen-Schwimmheft arbeiten, da diese Form eine sehr gute Differenzierung ermöglicht und mit ihr dem Niveau jedes einzelnen Schülers, jeder einzelnen Schülerin präziser entsprechen werden kann.

Das **spezielle Schwimmheft für Schwimmschulen** mit den Grundlagen-tests wird natürlich mit den neuen GLT-Inhalten bestückt.

Vielleicht ist die Umstellung auf die neuen GLT gerade der Zeitpunkt, auf das Schwimmheft umzusteigen?!
Wir beraten Sie gerne!



Tests de base natation

La nouvelle brochure des Tests de base 1 à 7 est arrivée !

Nous sommes heureux de vous transmettre ce nouveau support didactique. En décembre dernier, le groupe de travail avait envoyé ses ébauches à ses cadres et d'autres personnes ciblées. Nous les remercions pour leurs avis et propositions

même si nous n'avons pas toujours pu en tenir compte à tous les niveaux.



Voici en évidence les plus grands changements

- De manière générale, le niveau des tests de base a été rehaussé pour que l'enfant, après une bonne accoutumance à l'eau, puisse développer des compétences qui lui permettent de nager dans 3 techniques de nage, du moins en forme novice
- De ce fait, certains sauts et plonges ont été supprimés. Nous vous encourageons toutefois à continuer de les inclure dans vos leçons, même s'ils ne sont plus « testés » et vous demandons d'être vigilants sur 2 points :
 - ° les aspects de sécurité
 - ° les conditions d'aménagements de la piscine (organisation, bords de bassins, profondeur, etc.)
- Chaque test comprend 2 exercices qui sont dotés d'un astérisque*, sauf l'Ours polaire, un. Ces exercices clés doivent impérativement être acquis et réussis de manière aisée pour passer au test suivant
- C'est déjà au test 3 Grenouille que l'enfant « nage » sur le ventre et le dos. Cela lui permet de s'accoutumer et d'entraîner les deux positions très rapidement
- Au test 4 Pingouin, c'est l'introduction au crawl avec « Superman » et le « Pédalo » ; ce dernier permet d'exercer la traction sous l'eau. On arrive également à la « Nage dorsale »
- L'introduction de la brasse débute au test 5 Pieuvre avec l'exercice « Slalom » qui introduit le mouvement de bras en brasse. Au test 6 Crocodile, cela continue avec « l'Essuie-glace », déplacé 2 tests plus loin qu'avant, le « Crawl-Brasse-Mix » et le « Pieds de canard ». Au test 7 Ours polaire, il est demandé la « Brasse », forme débutante. Nous vous recommandons de bien insister sur la phase de glisse de cette nage. Il nous a paru très important d'introduire la brasse complète dans les tests de base afin que les enfants puissent

bénéficier d'une bonne base en terminant ce cycle, sachant qu'un certain nombre ne continuent plus les cours de natation après

- Au test 6 Crocodile, le crawl, nage complète, est déjà demandé. L'exercice « Pédalage » est un mouvement de jambes préparatoire à l'exercice du CSA : se maintenir 1 min à la surface de l'eau, il ne s'agit donc pas du rétropédalage de la synchro ou du waterpolo
- C'est dans le test 7 Ours polaire que le CSA a été introduit. Il représente les compétences aquatiques et de sécurité qui permettent à l'enfant, et à ses parents, d'estimer correctement ses capacités, de prendre conscience de ses limites et de mieux faire face lors d'une chute imprévue en eau profonde. Toutefois, il peut être passé indépendamment et même avant l'Ours polaire, ce qui laissera plus de temps pour évoluer dans le thème de la brasse.

De nouveaux contenus impliquent une nouvelle organisation !

Comme dit le dicton : il va falloir accorder du temps au temps ! Du temps pour que les écoles et les clubs puissent prendre connaissance des nouveaux contenus et d'adapter leur planification. En effet, comme les exercices sont plus difficiles, il sera peut-être nécessaire de compter plus de leçons pour certains tests afin que le niveau puisse être rattrapé et atteint, par ex. d'un ancien Crocodile à un nouvel Ours polaire. Nous ne voulons pas non plus que les enfants, leurs parents et les enseignants soient trop frustrés et vous proposons de leur expliquer ce qu'impliquent ces nouveautés.

Nous vous souhaitons de trouver la réorganisation qui convient le mieux à votre situation. Et si nécessaire, nous nous tenons à votre disposition pour en discuter. Notre but serait que les nouveaux tests puissent être introduits jusqu'en été 2011 au plus tard.

Vous les trouvez également en version pdf sur notre site.

Bien du plaisir et bonne chance !



Carnet de natation de l'école primaire

Le carnet de natation est définitif dans son contenu. Il a été élaboré et conçu pour l'école primaire. Il a déjà subi toutes les adaptations nécessaires par rapport aux « anciens » tests de base. Et c'est grâce à son développement en 2008 que nous avons constaté que ceux-ci devaient aussi être modifiés.

Les contenus ne sont pas tout à fait identiques, car à l'école, les enfants sont plus âgés, et peuvent par ex. nager de plus grandes distances. De plus, il y a d'autres exigences des parents et des autorités de l'école. Les CSA est aussi inclus, mais déjà à l'étape 5.

Carnet de natation pour les écoles et clubs de natation

Le carnet de natation va bien sûr être modifié pour correspondre à la nouvelle version des tests de base.

Vous pouvez prendre contact avec nous pour toute information dont vous auriez besoin ! C'est avec plaisir que nous répondrons à vos questions !

Test di base del nuoto

Il nuovo opuscolo Test di Base 1-7 è arrivato!

Siamo lieti di fornire questo nuovo supporto didattico.

Lo scorso dicembre, il gruppo di lavoro aveva inviato questo progetto ai quadri coinvolti e a tutte le persone interessate. Li ringraziamo per i loro pareri e le loro proposte, anche se le medesime non sempre hanno potuto essere prese in considerazione.

Qui sotto sono riassunti i maggiori cambiamenti intervenuti:

- In generale, il livello dei test di base per i bambini è stato rafforzato. Dopo un buon ambientamento all'acqua, essi possono sviluppare competenze che consentono loro di nuotare nelle tre tecniche, almeno in una forma rudimentale (vedi anche la progressione nel nuoto descritta qui sotto)
- Di conseguenza, alcuni salti e tuffi sono stati soppressi. Vi incoraggiamo

però a continuare ad includerli nelle vostre lezioni, anche se non sono più verificati.

Inoltre vi chiediamo di essere vigili su due punti:

- a) Gli aspetti di sicurezza
 - b) Le condizioni strutturali della piscina (organizzazione dello spazio, i bordi delle vasche, profondità, ecc.)
- I nuovi test hanno da due obiettivi che sono indicati con un asterisco *, tranne l'Orso Polare in cui ne è indicato uno solo. Questi obiettivi devono essere assolutamente acquisiti e superati agevolmente per poter accedere ai livelli successivi.

• Già al test 3 della Rana il bambino «nuota» sul ventre e sul dorso.

Questo gli permette di ambientarsi e di acquisire le due posizioni molto rapidamente.

• Nel test 4 del Pinguino c'è l'introduzione allo stile crawl, tramite l'esercizio «Superman» e con il «Pedalò». Quest'ultimo esercizio permette di esercitare bene la trazione subacquea delle braccia. Si sviluppa inoltre il nuoto dorsale.

• L'introduzione della rana inizia al test 5 del Polipo con l'esercizio dello «Slalom» che introduce il movimento delle braccia. Al test 6 del Coccodrillo, si

continua con il «tergicristallo» (trasferito due test più avanti rispetto a prima), il «Crawl braccia mix» e i «piedi a papera».

Al test 7 dell'Orso Polare, si richiede la forma grezza del nuoto a rana.

Vi raccomandiamo di insistere bene in questo stile sulla fase di scivolamento.

Ci è sembrato molto importante introdurre la rana completa nei test di base, in modo che i bambini possano beneficiare di una buona base alla fine di questo ciclo, considerando che dopo questo livello diversi bambini non continuano più i corsi di nuoto.

• Nel test 6 del Coccodrillo, il crawl e il nuoto completo, sono già richiesti. L'esercizio del «pedalare» è un movimento di gambe preparatorio per l'esercizio del CSA, ossia quello di mantenersi a galla per almeno un minuto. Onde per cui questa non è la tecnica della «bicicletta» del nuoto sincronizzato o della pallanuoto.

• È nel test 7 dell'Orso Polare che è stato introdotto il CSA (Controllo della Sicurezza Acquatica). Esso rappresenta la verifica delle capacità acquatiche e di sicurezza che permettono al bambino ed ai loro genitori di valutare correttamente le proprie abilità, di diventare consapevole dei propri limiti e di gestire al meglio eventuali cadute improvvise in acque profonde. Tuttavia il CSA può essere conseguito indipendentemente e prima ancora dell'Orso Polare, lasciando così più tempo per evolversi nel nuoto a rana.

Nuovi contenuti comportano una nuova organizzazione!

Come dice il proverbio: dobbiamo dargli tempo! Tempo per le scuole ed i club di apprendere i nuovi contenuti ed adattare la loro pianificazione. Infatti, tali esercizi sono più difficili, e può essere necessario svolgere più lezioni per alcuni test, in modo da raggiungere pienamente il livello desiderato.

Per esempio nel passaggio da un «vecchio» coccodrillo con un orso polare nuovo. Non vogliamo però che i bambini, i loro genitori e gli insegnanti siano troppo frustrati e ci proponiamo di spiegare le implicazioni di questi sviluppi.

Ci auguriamo che troviate facilmente la riorganizzazione che meglio si adatta alla vostra situazione. E, se necessario, siamo a vostra disposizione per discuterne.

Jetzt am Ball

Die CONCORDIA spielt Ihnen viele Bälle zu, zum Beispiel mit den Sparmöglichkeiten bei BENEFIT und den alternativen Versicherungsmodellen. **Profitieren Sie, wechseln Sie zur CONCORDIA.**

Mehr erfahren Sie auf www.concordia.ch



CONCORDIA

Mit sicherem Gefühl

I nostro obiettivo è che i nuovi test siano introdotti al più tardi entro l'estate 2011.

Li trovate anche in formato PDF sul nostro sito. Buon divertimento e buona fortuna!

Il libretto del nuoto delle scuole elementari

Il libretto del nuoto ha già nel suo contenuto la versione finale. E 'stato sviluppato e progettato per la scuola primaria. E' già stato modificato con gli ultimi test di base. E' grazie al suo sviluppo, che nel 2008 abbiamo scoperto che era utile aggiornare i test di base.

I contenuti non sono esattamente identici, perché a scuola, i bambini sono più vecchi e possono, per esempio, nuotare distanze maggiori. In aggiunta, ci possono essere altre esigenze di genitori e autorità scolastiche. Il CSA è incluso anche, ma già al livello 5.

Il libretto del nuoto per le scuole e club di nuoto

Il libretto sarà tranquillamente cambiato per adattarsi alla nuova versione dei test di base.

Potete contattarci per qualsiasi informazione abbiate bisogno! È con piacere che risponderemo alle vostre domande!

Jahresbericht 2009 des Präsidenten

Gute Delegiertenversammlung 2010 schliesst erfolgreiches Geschäftsjahr 2009 ab

Am Samstagmorgen, 8. Mai 2010, konnten wir unsere Mitglieder und unser Kader zur diesjährigen Delegiertenversammlung (DV) ins Restaurant Aarhof Olten einladen. Für mich war es eine gute Versammlung, weil wir fast nur Erfreuliches zu berichten hatten. Im Anschluss an unsere DV blieb für die Anwesenden genügend Zeit, gegenseitig die neusten Informationen auszutauschen.

Nachfolgend eine Auswahl an Informationen in Kurzform.

Ausbildung – da ging was!

Zahlreiche abgeschlossene Projekte im Bereich der Ausbildung und Dienstleistungen von swimsports.ch beginnen «Früchte zu tragen». Ausführliche Informationen in diesem Bulletin.

Mitgliederverbände

Bei unseren Mitgliederverbänden war einiges los. Nicht nur, dass es personelle Wechsel in den Führungsebenen gab – auch Aufgaben und Strukturen wurden zum Teil massiv verändert, respektive angepasst.

Führungstreffen

Mit unseren Mitgliedern SLRG und SSCHV haben wir ein Führungstreffen durchgeführt. An diesem Treffen wurden Geschäfte und Ideen auf strategischer Ebene behandelt. Wo notwendig, werden im laufenden Jahr weitere Mitglieder von swimsports.ch beigezogen.

Finanzielle Aspekte

Im Bericht zur letzten DV schrieb ich «unsere gesunde finanzielle Basis sowie die Lancierung neuer, viel versprechender Produkte stellen sicher, dass wir unseren Verpflichtungen werden nachkommen können. Dennoch werden die Führungsorgane im kommenden Jahr umsichtig und sparsam mit den Finanzmitteln umgehen müssen».

Freude herrscht auch bei uns, dass es uns nun gelungen ist, wieder einmal einen sehr erfolgreichen Rechnungsabschluss 2009 vorlegen zu können. Nur Dank rigoroser Kostenkontrolle und grosser Budgettreue auf allen Stufen war es möglich, dieses erfreuliche Resultat zu erreichen.

Leistungsstarke Geschäftsstelle

Unsere Mitarbeitenden auf der Geschäftsstelle unter Leitung des Geschäftsführers Björn Blaser haben, zusammen mit ihren Kolleginnen der Cellule romande, sehr gute Leistungen erbracht. Ihnen gebührt Dank, da sie vielfach die erste Ansprechstelle zu swimsports.ch darstellen und so das gute Image pflegen.

Blick über die Grenzen

swimsports.ch wird allseits als guter und sehr kompetenter Partner wahrgenommen. Dies gilt auch für das benachbarte Ausland, wo unsere Ausbildungsverantwortliche Elisabeth Herzig und einige Kaderangehörige sogar als Referentinnen auftreten.

Schlussbetrachtung

Mit den erreichten Zielen im Bereich der Ausbildung, der Finanzen und der Geschäftsstelle sind wir sehr zufrieden



anaconsol GmbH
Hohenstieglén 6
CH-8152 Glattbrugg

- Corporate Design
- Online Marketing
- Print Design
- Programmierung
- Web Design
- Webhosting

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage
an kontakt@anaconsol.ch

und ich spreche an dieser Stelle meinen herzlichen Dank an die Verantwortlichen und ihre Teams aus. Wir dürfen uns aber nicht zurücklehnen. Die Vision muss sein, dass alle am Schwimmsport interessierten Personen in der Schweiz über die Angebote von swimsports.ch und unserer Mitgliederverbände informiert sind und sie nutzen können.

Danke sage ich allen, die uns in irgendeiner Weise unterstützt oder geholfen haben und ich freue mich, auch im laufenden Jahr auf Ihr Engagement zählen zu dürfen. Ein spezielles und grosses Dankeschön an meine Kolleginnen und Kollegen in den Führungsgremien von swimsports.ch, insbesondere den Geschäftsleitungsmitgliedern Elisabeth Herzig, Max Uebelhart und Björn Blaser.

Ich freue mich, die interessante Arbeit für swimsports.ch auch 2010 fortsetzen zu können und wünsche allen Mitarbeitenden, Mitgliederverbänden und Sponsoren alles Gute im laufenden Jahr.

Michel Beuret, Präsident swimsports.ch



Folgenden Personen gratulieren wir herzlich zur Diplomierung:

Allmendinger Sabrina, Winterthur; Ben Jeddou, Biel; Durgniat Raphael, St. Léger; Francioni Roger, Zürich; Gariglio Ursula, Adligenswil; Huber Sibylle, Oberurnen; Huguenin Milca, Dombresson; Impallomeni Alceste, Zürich; Knöpfli Bretsch Susanne, Weggis; Maghdessian Sevane, Vevey; Pape Jeanette, Zürich; Reinert-Lazecki Manuela, Stäfa; Weber Barbara, Bülach; Weibel Nora, Bern; Willener Axel, Ponts-de-Martel; Wulf-Panchaud Cécile, Ollon VD

Jahresbericht 2009 der Ausbildungs- verantwortlichen

ziel- und kindgerechten Schwimmunterricht in Deutschland.

Betreuertagung

Nachdem wir den BetreuerInnentag vom Juni 2009 auf den Januar 2010 verschoben hatten, wurden wir belohnt mit einer sehr regen Teilnahme von 65 Praktikums- und HospitationsbetreuerInnen von swimsports.ch. Das Referat der Co-Leiterin der Fachstelle mira, Frau C. Weinand zum Thema «Prävention sexueller Ausbeutung» oder «Was ist eigentlich noch erlaubt im Wassergewöhnungs- und Schwimmunterricht?» und die Reflektionen und Diskussionen waren ausserordentlich spannend und sensibilisierten uns für dieses Thema.

SchwimminstruktorInnen SI

Der SI-Lehrgang 2008–09 konnte am 14. November 2009 mit dem Workshop in Lausanne einen gebührenden Abschluss feiern. 16 Teilnehmende, davon 6 Welsche, konnten ihr wohlverdientes Diplom in Empfang nehmen.

Dieser Anlass war denn auch die letzte Amtshandlung von Oliver Staubli, der damit 4 SI-Lehrgänge betreut hat, bevor er diese Verantwortung an Amata Eberhart-Jentsch übergab.

Wir danken Oliver für diese 5-jährige Tätigkeit für swimsports.ch und wünschen Amata viel Erfolg in dieser neuen Herausforderung.

Elisabeth Herzig-Marx
Ausbildungsverantwortliche

Bereich Sicherheit und Unfallprävention

swimsports.ch war in zwei Arbeitsgruppen vertreten, welche von der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung ins Leben gerufen wurden und zwar in den Arbeitsgruppen «Bäder und Dienstleister» (bfu, APR, SBV, Pro Senectute, VHF, ASSA, SLRG, swimsports.ch) und «Schule und Ausbildung» (EDK, KKS, PH, J+S, SSCHV, SLRG, SVSS, swimsports.ch). Die beteiligten Partner können dort Massnahmen zur Verhinderung von Ertrinkungsunfällen diskutieren. Wir hoffen, dass diese Massnahmen mittel- bis langfristig umgesetzt werden können.

Überarbeitung der Grundagentests GLT

Siehe Artikel auf den Seiten 1 und 2.

aQuality.ch

Siehe Artikel auf den Seiten 11 und 12.

Fachtagung Schwimmsport Schweiz

Über 100 Teilnehmende waren bei der jährlich im Herbst stattfindenden Fachtagung dabei. Wir befassten uns mit dem Thema «Blick über den Gartenzaun, Schwimmunterricht in Deutschland». Zwei Referenten der Deutschen Schwimmjugend dsj (Kai Morgenroth, Vorsitzender und Gabor Radli) präsentierten ihre Arbeit und die Bemühungen um einen



Family Beach Days

Prävention, Fun und WSC

Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG konnte 2009 in der Krankenkasse CONCORDIA als Verbandssponsor einen langfristigen Partner finden, welcher die SLRG im Rahmen ihrer Präventionsarbeit künftig unterstützt.

Eine gemeinsame Vision steht bei den Präventionsbestrebungen im Vordergrund: **Die signifikante Reduktion der Badeunfälle.**



Für die Saison 2010 wurden 18 Standorte zur Durchführung eines **Präventionsanlasses** ausgesucht.

Die «Family Beach Days» finden an untenstehenden Daten in den entsprechenden Freibädern statt. Die Durchführung der Wasser-Sicherheits-Checks wird durch die SLRG sichergestellt, swimsports.ch liefert die entsprechenden Ausweise.

Die aktuelle Liste finden Sie auf www.familybeach.ch

Nutzen Sie die Gelegenheit und üben Sie mit den Kindern für ein erfolgreiches Bestehen des Wasser-Sicherheits-Checks WSC. Die Ausweise werden am Event kostenlos abgegeben. Bitte informieren Sie swimsports.ch, wenn Sie beabsichti-

gen, den Test mit grösseren Klassen oder ganzen Schwimmschulen zu absolvieren. Die Kapazitäten sind auf 250 Kinder pro Tag ausgerichtet.

Weitere Infos zum WSC finden Sie auf unserer Homepage www.swimsports.ch/de/wassersicherheitscheck/. Falls Sie noch Fragen haben, steht Ihnen die Geschäftsstelle gerne zur Verfügung.



Ort	Schwimmbad	Family Beach Day	Verschiebedatum
5400 Baden	Terrassenbad Baden	Samstag, 10. Juli 2010	Mittwoch, 14. Juli 2010
8048 Zürich	Freibad Letzigraben	Sonntag, 11. Juli 2010	Freitag, 16. Juli 2010
6006 Luzern	Strandbad Lido Luzern	Dienstag, 13. Juli 2010	Montag, 19. Juli 2010
6010 Kriens	Badi Kriens	Donnerstag, 15. Juli 2010	Mittwoch, 21. Juli 2010
9490 Vaduz	Schwimmbad Mühleholz	Samstag, 24. Juli 2010	Dienstag, 3. August 2010
7000 Chur	Sportanlage Obere Au	Sonntag, 25. Juli 2010	Donnerstag, 5. August 2010
3027 Bern	Schwimmbad Weyermannshaus	Freitag, 30. Juli 2010	Montag, 9. August 2010
3604 Thun	Strandbad Thun	Mittwoch, 4. August 2010	Mittwoch, 11. August 2010
3280 Murten	Schwimm- und Strandbad der Region Murten	Samstag, 7. August 2010	Freitag, 13. August 2010
2560 Nidau	Strandbad Biel	Dienstag, 10. August 2010	Montag, 16. August 2010
1219 Le Lignon	Piscine du Lignon	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
6600 Locarno	Lido Locarno	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
4052 Basel	Gartenbad St. Jakob	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
8280 Kreuzlingen	Schwimmbad Hörnli	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
2000 Neuchâtel	Piscines du Nid-du-Crô	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
6906 Lugano	Lido di Lugano	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
1007 Lausanne	Bellerive	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt
4600 Olten	Schwimmbad Olten	Noch nicht bekannt	Noch nicht bekannt

Rapport annuel de la Cellule romande 2009

Formations

La formation ENFEAU a formé une cinquantaine de personnes cette année dans les divers domaines spécifiques et une vingtaine pour le cours CIM. Malheureusement, les formations continues ont dû être annulées, au vu du nombre insuffisant d'inscriptions.

Formation IN

La journée de clôture du 14 novembre 2009 au Musée Olympique de Lausanne s'est vu célébrer 16 nouveaux diplômés d'Instructeur / d'Instructrice de natation. Depuis 1942, plus de 800 IN ont été formés ! L'avant dernier groupe des Romands date de 1999 et voici que, 10 ans après, nous félicitons les six derniers !



Il s'agit de : *avant-plan* Huguenin Milca, Ben Jeddou Samira, Durgniat Raphaël, *arrière-plan* Wulf-Panchaud Cécile, Maghdessian Sévane, Willener Axel.



Une bonne nouvelle pour la Romandie !

Bernadette Jordan s'occupera dorénavant de l'introduction du label aQuality.ch en Suisse

romande. Elle a une grande expérience dans le domaine aquatique, Instructrice ENFEAU, monitrice J+S, Sport Handicap, Halliwick, Aqua-Fit. Elle enseigne la natation à l'école primaire et dirige son école de natation à Cernier. Elle est responsable du cours natation pour enfants avec handicap physique et mental et pour enfants valides dont le handicap est la peur de l'eau.

Nous sommes très heureux d'avoir trouvé en Bernadette une personne compétente pour ce travail et sommes convaincus qu'elle pourra promouvoir le développement du label en Suisse romande.

Ses coordonnées :

bernadette.jordan@bluewin.ch ou

par téléphone au 032 853 70 18

le mercredi de 07h00-09h00,

le jeudi de 07h00-12h00

A ce jour plus de 40 écoles de natation ont été certifiées, dont 38 sont encore actives et quelques unes sont en train de compléter leur projet d'adhésion.

Liste d'écoles romandes certifiées au 1^{er} juin 2010

Sylvie Hofstetter, 1033 Cheseaux

Avully Natation, 1237 Avully

Ecole de Natation du Service des Sports, 2000 Neuchâtel

(La liste complète se trouve dans le texte allemand).

Demande d'équivalence

Une fiche « demande d'équivalence » est à télécharger de notre site. Elle est à remplir et à joindre au dossier avant de l'envoyer à la Cellule romande. Ce document est utile pour une certification aQuality.ch mais aussi pour des équivalences en vue d'accéder à des modules spécifiques ENFEAU.

TVA pour les écoles de natation

Depuis janvier 2010, de nouvelles directives ont été introduites qui ont jeté la confusion au sujet des décomptes TVA relatifs à l'activité d'enseignement dans les écoles de natation. Maintenant, l'af-

faire est claire – swimsports.ch a obtenu les renseignements par écrit. Les prestations fournies dans le domaine de l'enseignement dans les écoles de natation ne sont pas assujetties à la TVA. Vous pouvez consulter un document y relatif sur notre site.

Commission de coordination de formation dans les sports aquatiques ComCoord

La séance annuelle du 25 novembre 2009 a réuni une vingtaine de personnes venues de différents milieux des sports aquatiques en Suisse romande. Le thème principal « L'enseignement de la natation en France » fut traité par Michel Matera, conseiller pédagogique en France, département de l'Ain. Il a répondu aux questions « Pourquoi la natation, quel contenu et quelle démarche ». Le programme dépend de l'Education nationale ; les activités aquatiques et la natation sont partie intégrante de l'enseignement de l'éducation physique et sportive à l'école ; Il a mis en évidence la relation existante entre les « mns », maîtres nageurs sauveteurs, les enseignants et les enfants. En effet, les écoliers préparent les leçons de natation déjà en classe avant d'aller à la piscine et complètent leur carnet d'élèves. Michel Matera nous a offert le CD interactif du projet pédagogique de la piscine Loire sur Rhône qu'il a créé avec son équipe ; ce document est vraiment intéressant, complet, ludique ! Il comprend trois parties, la 1^{ère} explique la réglementation de la piscine et présente les personnes qui interviennent au bord du bassin, la 2^{ème} s'adresse aux enseignants en donnant les programmes précis avec des idées, la 3^{ème} est pour l'élève : il peut revoir les thèmes et les exercices qu'il a vécus. Nous félicitons Michel pour son intervention fort appréciée !

Des infos sur la nouvelle structure de formation de la SSS ont été apportées par Thomas Rüfenacht ; Elisabeth Herzog nous a présenté les nouveautés de

swimsports.ch et de ses partenaires. Divers documents sont à télécharger sur notre site. Une soirée très riche en découvertes et en échanges.

La prochaine séance aura lieu le **24 novembre 2010** à Yverdon ! Venez nombreux !

babyplanet

Le salon annuel de babyplanet s'est déroulé du 2 au 4 octobre 2009 à Lausanne. Depuis 4 ans déjà, swimsports.ch a un stand pour promouvoir l'éveil aquatique parent-bébé. Au moyen de films, nous avons apporté sur place un aspect visuel qui permettait de démontrer et d'expliquer notre philosophie. De nombreux parents furent attirés par cette approche et nous furent heureux de pouvoir leur transmettre des adresses où ces activités se déroulent en Romandie tout en douceur et avec respect

Date du prochain salon : 1-3 octobre 2010 à Lausanne.



Journée MS

Cette journée fut coachée par Madame Sophie Coulon le 5 septembre à Yverdon. Nous avons accueilli une vingtaine de personnes pour réviser et adapter les différentes fiches d'évaluation utilisées par nos maîtres de stages, tous domaines confondus. Puis il y a eu une partie pratique où nous avons effectué des « jeux de rôles » afin de nous perfectionner à donner des feed-back de manières positives et constructives. Cette journée fut très intéressante et nous a permis de nous remettre en question et d'améliorer nos compétences sociales et personnelles !


Bischoff
ST. GALLEN · SCHWEIZ

BISCHOFF TEXTIL AG
BOGENSTRASSE 9
CH-9001 ST. GALLEN
TELEFON 071/272 01 11
TELEFAX 071/272 03 97
E-MAIL bitex@bischoff-textil.com
INTERNET <http://www.bischoff-textil.com>

Ihr Partner für alle Arten von Stickereien.

La prochaine rencontre MS est prévue le 2 octobre 2010 à Yverdon



La Cellule romande a déménagé !

Après 10 ans à la Place St-Gervais, le bureau de la CR a déménagé au hameau d'Epeisses dans la commune d'Avully/GE. Sandra Ecuyer et moi-même sommes heureuses de répondre à vos appels les lundis de 9h00 à 16h00 !

Cellule romande – Case postale 29
1237 Avully

Conclusion

Cette année 2009 fut très enrichissante et nous a permis de concrétiser de nombreux projets. Un grand merci à toutes les personnes qui s'engagent au sein de swimsports.ch, tant par leur dévouement, leur compétence et leur fidélité !

Bien cordialement

Dany Sollero

Responsable de la Cellule romande

Jahresbericht 2009 des Geschäftsführers

Das letzte Jahr stand im Fokus der Konsolidierung, ganz nach dem Motto, weg vom Sekretariat, hin zum dienstleistungsorientierten Kompetenz-Center. Dank meinem motivierten Team ist es mir gelungen, den Weg fortzusetzen und Schritt für Schritt bestehende Prozesse zu optimieren und zu festigen. Folgende Schwerpunkte des vergangenen Jahres möchte ich noch speziell erwähnen:

Schwimmheft

Erfreulich viele Schulen arbeiten bereits mit diesem Lehrmittel. Neu wurde das Schwimmheft auch in die Kataloge der grössten Schulverlage aufgenommen und kann auch über diese bestellt werden.

Facebook

swimsports.ch geht mit der Zeit – nun sind wir auch auf Facebook mit Fotos und nicht ganz alltäglichen News vertreten und freuen uns über eine stetig wachsende Fangemeinde. Sind auch Sie dabei?

Concordia Engagement

Dank der SLRG kamen wir mit Concordia in Kontakt, welche sich freundlicher Weise an den Druckkosten der neuen Grundagentests beteiligte. Ohne diese geschätzte Unterstützung wäre die gleichzeitige Produktion der Broschüren in allen drei Sprachen nicht möglich.

Wasser-Sicherheits-Check

Der Bekanntheitsgrad konnte dank bfu (Beratungsstelle für Unfallverhütung) und unserem Marketing erheblich gesteigert werden. In diesem Sommer kann der Wasser-Sicherheits-Check gratis an den Concordia Family Beach Days absolviert werden. Die Standorte sowie die Daten sind auf www.familybeach.ch einsehbar.

aQuality.ch

Die Anzahl der Neuzertifizierungen ist erfreulich und zeigt die Wichtigkeit und Notwendigkeit dieses Labels, welches neben seinem Anspruch, mehr Transparenz zu schaffen, längst von den Schwimmschulen auch als ein wichtiges Marketinginstrument entdeckt wurde.

Rückblickend bin ich sehr zufrieden mit dem letzten Berichtsjahr und bedanke mich ganz herzlich bei allen, an diesem Erfolg Beteiligten, vor allem, unseren Kundinnen und Kunden, den Mitarbeitenden, dem gesamten Kurskader sowie den Kolleginnen und Kollegen der Geschäftsleitung und des Vorstands.

Björn Blaser
Geschäftsführer

SI-Ausbildung 2011

Ausbildung zu Schwimminstruktorinnen und -instruktoren

Nächstes Jahr findet endlich wieder ein SI-Ausbildungslehrgang statt. Die Sanierung des Hallenbades in Magglingen ist abgeschlossen und so kann der Kurs wie üblich in Magglingen stattfinden.

Die umfassende Ausbildung im Bereich Schwimmunterricht befähigt auf verschiedenen Stufen in der Schule, im Verein oder im Freizeitsport alters- und zielgruppengerecht zu unterrichten. Der qualitativ hochstehende Lehrgang richtet sich an Personen, die im Bereich Schwimmsport beruflich oder nebenberuflich kompetent unterrichten möchten. Voraussetzung für den Kurs sind ein abgeschlossener Kurs aqua-prim.ch sowie die J+S-Ausbildung Schwimmleiter A.

Standortbestimmung 22.1.11 Wallisellen

SI 1. Teil Technikvorbereitungskurs 12.5.– 14.5.11 Magglingen

Technikprüfung 20.8.11 Wallisellen

SI 2. Teil Methodikteil 5.9.– 10.9.11 Magglingen

SI Theorieprüfung 23.09.11 Wallisellen

Amata Eberhart-Jentsch
SI-Verantwortliche



Schwimmtechnik pur im Kurs aqua-progress.ch

Der eintägige Kurs findet ausschliesslich im Hallenbad und ohne Theorielektionen statt.

Er eignet sich bestens für Personen, die ihre eigene Schwimmtechnik verbessern möchten. Ob Sie nun Schwimmunterrichtende oder Hobbychwimmer sind oder sich auf die Prüfung aqua-technic.ch, ein J+S-Modul oder eine SLRG-Expertenausbildung vorbereiten möchten, hier kommen alle auf ihre Rechnung. Auch Teilnehmende, welche die Technikprüfung bei swimsports.ch auf dem Niveau B

absolviert haben und gerne die Prüfung A machen möchten, können im aqua-progress.ch ihre Schwimmtechnik verbessern.

Alle drei Schwimmarten (Kraul, Brust, Rücken) werden auf Video aufgenommen und analysiert. Da wir in kleinen Gruppen arbeiten, ist eine individuelle Betreuung mit angepassten Trainingstipps möglich. Der aqua-progress.ch kann problemlos auch mehrere Male besucht werden, da wir uns immer dem momentanen Niveau und den Möglichkeiten der einzelnen Personen anpassen.

Schwimmen in offenen Gewässern

Was gibt es schöneres als unter freiem Himmel im kühlen Nass zu schwimmen? Die Open-Water-Saison wurde schon wieder gestartet und es warten noch viele kürzere oder längere Distanzen in Seen und Flüssen darauf, durchschwommen zu werden.

Sie finden alle Seetraversierungen und Flussschwimmen auf der Homepage von swimsports.ch unter der Rubrik «Schwimmkalender».

Es ist für alle etwas dabei, von den kurzen Distanzen wie z.B. dem Lindlischwümme Schaffhausen am 20. Juli mit seinen 300 m bis zur absoluten Langstrecke beim Intern. Self-Transcendence Marathon Schwimmen Rapperswil-Zürich mit seinen 26,4 km am 8. August.

Nage en eau libre

Quel plaisir de nager sous le ciel ouvert et dans l'eau fraîche !

La saison de natation dans les lacs et en rivière a déjà commencé et il existe un grand nombre d'évènements à ne pas manquer.

Cela va des distances très courtes pour tous, comme p.ex. « La nage autour du phare » avec ses 400 m le 29 août à Genève jusqu'aux distances nettement plus coriaces comme la « Self-Transcendence Marathon Schwimmen » de Rapperswil à Zürich le 8 août avec ses 26,4 km.

Vous trouverez toutes les dates et descriptions de ces évènements sur le site de swimsports.ch, rubrique « Calendrier natation ».



Brassards testés par la Fédération romande des consommateurs FRC

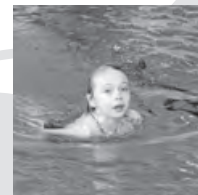
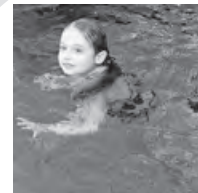
Dans son numéro de juillet-août, FRC Magazine, le journal de la Fédération romande des consommateurs, propose un test de brassards. Les qualités physiques de ces dispositifs d'aide à la flottabilité ont été évaluées par un laboratoire indépendant et accrédité, qui a également inspecté les notices d'utilisation. En parallèle, un panel de testeurs a attribué des notes aux différents modèles.

Bonne nouvelle: les sept marques testées obtiennent de bons résultats en matière de solidité et de flottabilité. Un bémol réside toutefois dans le fait que certains fabricants ne respectent pas les normes de sécurité en commercialisant des brassards trop peu visibles ou peu informatifs sur les conditions d'utilisation. Au final, les Sea Squad Shark Armbands de SPEEDO obtiennent la dernière place pour son choix de couleurs (rose et bleu pâle) inadapté. La marque BEMA avec ses Swimming Aids arrivent en tête.

Anne Onidi
Fédération romande des consommateurs FRC

Wasser-Sicherheits-Check wird obligatorisch

WSC im Lehrplan des Kantons Zug
Am 1. August tritt im Kanton Zug der neue Übergangslernplan Sport für die Primar- und Sekundarstufe 1 in Kraft. Darin ist festgehalten, dass alle Kinder bis zum Ende der Primarschule den Wasser-



Sicherheits-Check WSC bestehen müssen.

Damit führt der Kanton Zug nicht ein Schwimmobligatorium ein, verlangt aber dennoch von den Gemeinden, dass sie sicherstellen, dass alle Kinder beim Übertritt in die Sekundarstufe 1 im Tiefwasser schwimmen können. Die Gemeinden, in welchen kein regelmässiger Schulschwimmunterricht stattfindet, können nun eine für sie machbare Lösung suchen wie z.B.:

- Schwimmkurse im Rahmen des freiwilligen Schulsports, obligatorisch für Kinder, welche nach der 4. Klasse noch nicht schwimmen können.
- Schwimmunterricht (und nicht «baden gehen») während einigen sommerlichen Besuchen im Freibad.
- Klassenlager mit der Möglichkeit, Schwimmunterricht zu erteilen.

«Subito in acqua»



Le coccole per il bimbo, il fitness per mamma e papà

Edizioni RED!

Punti di forza

- Istruzioni semplici e dettagliate
- Immagini che consentono un'immediata comprensione della tecnica
- Tecniche illustrate passo
- Novità nei contenuti rispetto ai libri già esistenti sul mercato

Descrizione contenuto

Finalmente un libro che oltre ad occuparsi di acquaticità neonatale, cerca di riportare l'attenzione a concetti e principi di vitale importanza. L'autore, attraverso prese e posizioni, illustra una serie di esercizi che aiutano il genitore e il bambino a rivivere il contatto con l'acqua in modo attento e sensibile dando una notevole importanza all'ascolto del movimento, alla postura e all'equilibrio che vi è tra il fare e non fare. Un vero e proprio percorso acquatico dove il bimbo avrà l'occasione, non indifferente, di interagire attivamente con papà e mamma anche i tenerissima età. La novità importante è che il genitore ha la possibilità di fare del vero e proprio wellness unito al fitness senza separarsi dal proprio bambino.

Nota biografica autore

Riccardo Palumbo 1982, laureato in scienze motorie e dello sport, practitioner Watsu (water shiatsu), Zen Shiatsu, massaggio ayurvedico, insegnante Watsu per neonati istruttore di nuoto e water pilates.

Rapporto Antenna Ticinese 2009

La stagione appena trascorsa si è conclusa di nuovo con un bilancio tutto sommato positivo.

I moduli di formazione o formazione continua di G+S / FSN / swimsports.ch (CPM, G+S) sono stati tutti svolti con successo e con un numero sufficiente o ragguardevole di partecipanti. Ringrazio i vari collaboratori per il loro fattivo impegno.

Si è svolta inoltre per la prima volta in Ticino la formazione aqua-family.ch con 8 partecipanti, mentre la formazione aqua-tech.ch non ha riscontrato l'eco sperato.

Ottimo successo invece per i corsi di formazione AFA della nostra consociata PS TI. Continua inoltre con successo la collaborazione con le altre realtà acquatiche ticinesi. Grazie anche al supporto fattivo di coordinazione di swimsports.ch, che pubblica annualmente anche in italiano l'opuscolo che riassume tutte le proposte delle varie Federazioni, l'integrazione delle medesime è ormai un dato di fatto. Nel 2009 è stata inoltre certificata aQuality.ch la prima scuola di nuoto della Svizzera italiana nella fattispecie quella

dell'Acquatic Club Ticino. Si aspettano altre richieste per il prossimo futuro...

Le novità di questa stagione, sono i primi corsi passerella per la qualifica ESA in collaborazione con PS TI e FTN/FSN e il primo corso di aggiornamento G+S Kids sport acquatici.

Tengo infine a ringraziare tutti i miei collaboratori e i dirigenti federali che hanno sostenuto i nostri sforzi, e auguro a tutti un buon prosieguo di stagione.

Gianni De Stefani
AT

Formazione aqua-family.ch in Ticino

« Una fucina di idee ... ecco come possiamo definire la prima esperienza ticinese di formazione aqua-family.ch »

La cornice del corso (la piccola e informale Piscina del Don Orione di Lopagno) ha contribuito a creare un clima disteso e proficuo.

I partecipanti, quasi tutti con esperienza di insegnamento acquatico alle spalle, si sono lasciati coinvolgere con entusiasmo crescente, hanno potuto e saputo confrontarsi e verificare le loro competenze arricchendo i contenuti della nostra offerta formativa che ha acquisito in questo modo il valore aggiunto dell'originalità.

La nostra offerta formativa è stata possibile grazie a Dany Sollero e Claire Sanglard-Vallat, che ci hanno trasmesso la documentazione didattica del corso che svolgono in svizzera francese, e per le risposte date alle nostre numerose domande. Grazie anche a Gianni De Stefani per averci dato l'opportunità di fare questa bella esperienza.

Damiana Canonica e Isabella Galli



aQuality.ch

«Ziel ist es, dass nur noch in Schwimmschulen mit dem Qualitätslabel aQuality.ch unterrichtet wird.» Dieses Statement findet man auf der Homepage des SSCHV, Swiss Swimming, Rubrik Kids. Diese Zielsetzung zeigt, dass dem Grundlage-Unterricht eine sehr hohe Priorität gegeben wird. Wir möchten nicht nur sichere, sondern auch technisch gut ausgebildete Schwimmerinnen und Schwimmer, die nach modernen Kriterien unterrichtet wurden. Kriterien, über die sich eine aQuality-Schwimmschule ausweisen muss.

Das aQuality-Label ist jedoch nicht nur für die Kids-Stufe (ab zirka. 4 bis 10 Jahre) geeignet, sondern beinhaltet auch Kriterien für die Module aqua-baby.ch und aqua-family.ch. Mit diesem Label können sich Schwimmschulen, die ausschliesslich auf der Stufe mit Elternteil und Kleinkind unterrichten, hervorragend gegenüber ihrer Konkurrenz abheben. Das aQuality-Label ist keine private Gesellschaft, sondern wird von den grossen Verbänden im Schwimmsport getragen und gefördert. Mit der SLRG, dem SSCHV sowie J+S erhält das Label nationale Anerkennung.



Über 40 Schwimmschulen/Clubs haben das aQuality-Label bereits erhalten, davon sind 38 aktiv. Da das Label zwei Jahre Gültigkeit hat, erfolgt auf das dritte Jahr jeweils eine sogenannte «Rezertifizierung». Bis heute haben sämtliche bisherigen Schulen diese erneute Zertifizierung wieder beantragt. Einer Schule konnten wir diese Rezertifizierung leider nicht mehr erteilen.

Personelles bei aQuality.ch



Bernadette Jordan übernimmt neu die Betreuung von aQuality.ch in der Suisse romande. Wir freuen uns, mit Bernadette eine ausgewiesene Fachperson für diese Arbeit gewonnen zu haben und sind überzeugt, dass sie die Entwicklung von aQuality.ch in der Westschweiz weiter voranbringen wird.



Für die Überprüfung der aQuality-Schulen vor Ort haben wir Unterstützung gesucht und dies mit **Jeanette Hauser** gefunden.

Sie wird vor allem in der Region Zürich-Ostschweiz-Graubünden tätig sein. Jeanette Hauser ist WAKI-Instruktorin, Badmeisterin und Erwachsenenbildnerin.

Auf der Homepage www.swimsports.ch sind weitere Details zu [aQuality.ch](http://aquality.ch) ersichtlich. Gerne beantworten wir auch telefonisch oder per E-Mail Fragen zur Zertifizierung.

D-CH: Ursula Hintermeister,
044 751 14 10 (Mi-Fr, 09.00–11.00 Uhr),
aquality@swimsports.ch

F-CH: Bernadette Jordan, 032 853 70 18
(Mi, 07.00–09.00, Do, 07.00–12.00 Uhr),
bernadette.jordan@bluewin.ch

aQuality-Schwimmschulen/Clubs per 1. Juni 2010

Sylvie Hofstetter, 1033 Cheseaux
Avully Natation, 1237 Avully
Ecole de Natation du Service des Sports,
2000 Neuchâtel
Berner Schwimmschule, 3007 Bern
Kinderschwimmschule Gerber, 3014 Bern
Schwimmschule Luzia Hitz Lehmann, 3018 Bern
SchwimmTeam Belp, 3123 Belp
Schwimmschule Delfin GmbH, 4058 Basel
Verein Wassersportclub Delfin, 4058 Basel
Schwimmschule von Langenthal Swimming,
4900 Langenthal
Schwimmschule/-club Aarefisch, 5000 Aarau
Schwimmschule Reussfisch, 5637 Geltwil
Spass am Nass, 5736 Burg
Schwimmschule des Schwimmvereins Kriens,
6011 Kriens
Schwimmschule des Schwimmklubs Luzern,
6043 Adligenswil
Schwimmschule-Club KSK, 6208 Oberkirch
Schwimmschule Baar, 6340 Baar
Bewegungswelt Zwergmaus, 6370 Oberdorf NW
Acquatic Club Ticino, 6902 Paradiso e Muralto
Babybadespass, 7000 Chur
SLRG Sektion Chur, 7000 Chur
Schwimm Team Zizers, 7205 Zizers
Limmat Shark Schwimmschule, 8001 Zürich
Schwimmschule Pape, 8047 Zürich
Schwimmschule Limmattal, 8104 Weiningen
Erlebnisswelt Wasser, 8135 Langnau am Albis
Sportanlage Erlen AG, 8153 Dielsdorf
Bülifisch, 8162 Sünikon
Happy Swim, Beatrice Schäffer, 8182 Hochfelden
Sportanlagen AG Wallisellen, 8304 Wallisellen
Schwimmschule Ursula Bohn, 8413 Neftenbach
Schwimmschule Wasserspass mit Kindern,
8424 Embrach
Schildkrötli-Swimmers, 8610 Uster
Tiss Schwimmschule GmbH, 8702 Zollikon
Schwimmclub Wittenbach, 9000 St. Gallen
Wassergymnastik und Schwimmschule, Renata
Bruggmann, 9242 Oberuzwil
Jrene-Schwimmschule, 9245 Oberbüren
Schwimmschule Nicole Schrader, Schmerikon,
Wald



Schweizerischer Schwimmverband Wettkämpfe für Kids

Kids-Cup als Ergänzung zu den Schwimmtests und als ideale Vorstufe zur Kids-Liga

Die koordinativ-technischen Fähigkeiten lassen sich nicht einfach mit der Stoppuhr messen. Ein auf Vielseitigkeit ausgerichtetes Training im Kindesalter braucht einen vielseitigen Wettkampf, in welchem die Kinder ihre technischen Fähigkeiten unter Beweis stellen können.

Im Bestreben um eine optimale Kontinuität in der Ausbildung von Kindern und Jugendlichen hat der SSCHV, als Ergänzung zu den Schwimmtests und als deren logische Fortsetzung, einen kindgerechten Wettkampf geschaffen, den Kids-Cup, der von Vereinen und Schulen durchgeführt werden kann.

Im Gegensatz zu traditionellen Schwimmwettkämpfen, bei denen es immer nur um schnelle Zeiten in den Wettkampfdisziplinen geht, werden beim Kids-Cup die koordinativen Fähigkeiten geprüft und das «Richtigschwimmen» zur Gesamtbewertung mit hinzu gezogen.

Der Wettkampf kann innerhalb des Vereins oder mit einem anderen Verein oder einer Schwimmschule zusammen organi-

siert werden. Jeder Organisator soll den Freiraum haben, die durchzuführenden Übungen selber auszuwählen und die Organisation den eigenen Bedürfnissen anzupassen.

Das Basisreglement des Kids-Cups und ein Demo-Video über den gesamten Ablauf können beim SSCHV bestellt werden. Der Organisator hat viel Spielraum und darf einzelne Elemente verändern, sofern dies nicht der Ideologie dieses Wettkampfs widerspricht.

Eine Lizenz von Swiss Swimming ist nicht erforderlich.

Die Kids-Liga

Der kindgerechte Wettbewerb für schwimmbegeisterte Kids im Alter von 11 Jahren und jünger.

Die Wettkämpfe der Kids-Liga dienen in erster Linie der Förderung des regelmässig ausgeübten Schwimmsports im Kindesalter und insbesondere der Förderung der koordinativen Fähigkeiten, der Vielseitigkeit und des Teamgeistes der Kinder.

Sie werden dezentral in den Regionalverbänden mit so genannten Qualifikationswettkämpfen in drei Teilen und einem (regionalen) Kids-Liga-Final ausgetragen. Die Qualifikationswettkämpfe sind Einzelwettkämpfe. Der (regionale) Kids-Liga-Final ist ein Mannschaftswettkampf, an dem Staffeln, ohne Einzelwettkämpfe, ausgetragen werden.

Es gibt ein Wettkampfprogramm für 9-jährige und jüngere Kids, sowie ein Wettkampfprogramm für die 11-Jährigen und jünger.

Geschwommen werden zum Teil reine Technikübungen, zum Teil übliche Wettkampfstrecken, für die aber eigene Regeln angewendet werden, wie:

- Die Zeiten werden in so genannte Kids-Punkte umgerechnet



- Schwimmer, die nicht nach den Regeln geschwommen sind, erhalten einen Punkteabzug
- die Klassierung erfolgt nach Punkten.

Die unterschiedlichen Regeln sind der Grund, weshalb ein Resultat der Kids-Liga nicht gleichzeitig in die Bestenlisten aufgenommen wird, die nach den FINA-Regeln geschwommen wurden.

Im Unterschied zum Kids-Cup braucht es für die Kids-Liga eine (vereinfachte) Wettkampflizenz.



Kids-Liga Swiss Swimming für Schwimmschulen

Kinder von Schwimmschulen, die nicht an einen Mitgliederverein des Schwimmverbandes angegliedert sind und auch nicht selber Mitglied des SSCHV sind, können ebenfalls an der Kids-Liga teilnehmen. Der Schwimmverband empfiehlt den Schwimmschulen folgendes Vorgehen:

- Kooperation mit einem Nachbarverein welcher Mitglied beim SSCHV ist.
- Die Kinder starten unter dem Namen des jeweiligen Vereins, der die Kinder beim SSCHV für die Kids-Liga gemeldet hat.
- Der Verein bezahlt dem SSCHV Fr. 20.– pro Kind und Jahr für die Startberechtigung.
- Die Weiterverrechnung an die Schwimmschule erfolgt via Verein.

Top-Athleten des SSCHV

Barbara Moosmann, Geschäftsführerin SSCHV, befragte 2 Top-Athleten von Swiss Swimming wie sie schwimmen gelernt haben.



«Wie ich schwimmen gelernt habe». By Domink Meichtry

Ich war gerade mal 5 Jahre alt, als ich an einem Schwimmkurs in Wittenbach



Neue Ausbildungsstrukturen SLRG

Auf den 1. Januar 2011 führt die SLRG die neuen Ausbildungsstrukturen ein. Die neue Ausbildung setzt den Schwerpunkt vermehrt auf Prävention und Risikoeinschätzung statt auf das blosses Retten von Verunfallten. Die wichtigsten per 2011 eingeführten Module sind:

Brevet Basis: In diesem Modul werden die Grundtechniken der Unfallverhinderung und des Rettungsschwimmens im Pool (Schwimmbecken) vermittelt. Dieses Modul wird als Grundausbildung besucht. Wer dieses bestanden hat, kann sich nach seinen Bedürfnissen mit dem Besuch zusätzlicher Module weiterbilden.

Die SLRG empfiehlt dieses Modul allen, die mit zu beaufsichtigenden Personen ein überwachtes Bad besuchen.

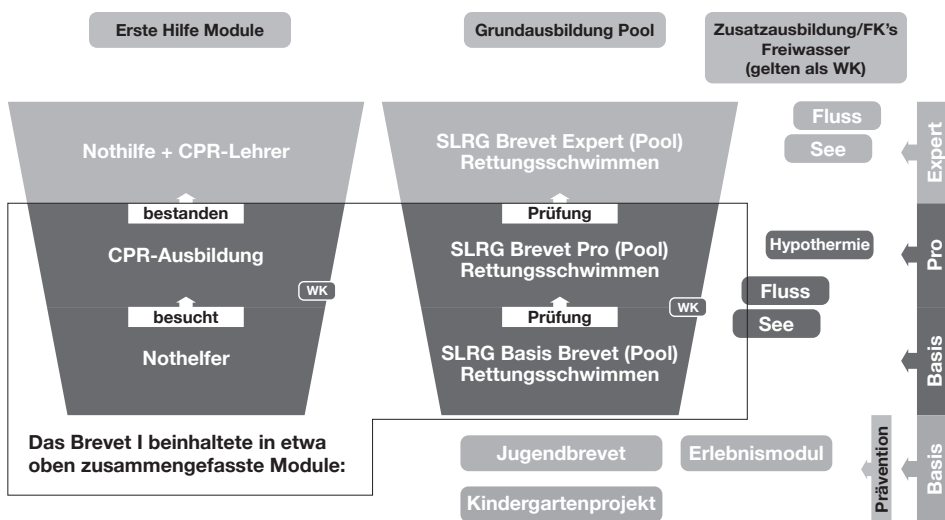
Brevet Pro: Aufbauend auf dem Brevet Basis werden im Modul Brevet Pro die Techniken zur Unfallverhinderung und des Rettungsschwimmens im Schwimmbecken vertieft. Allen Personen, die sich in unbeaufsichtigten Schwimmbädern oder Lehrschwimmbecken aufhalten, wird diese Ergänzung empfohlen. Voraussetzung für den Besuch dieses Moduls ist ein bestandenes Brevet Basis und ein besuchter CPR-Kurs.

Da sich 90 Prozent der tödlichen Unfälle im Freiwasser ereignen, wird dieser Bereich von der SLRG in der Ausbildung stärker gewichtet. Dazu werden die **Module See und Fluss** eingeführt.

Im Nothilfebereich werden die Module **Nothelfer nach Astra** (welcher auch für den Lernfahrausweis notwendig ist) und das **Modul CPR** weiterhin von den Sektionen angeboten.

Im Moment werden in den Fortbildungskursen die Brevet-II-er zu Kursleitern Expert Pool umgeschult. Sie haben danach das notwendige Rüstzeug, um die Pool-Module Basis und Pro zu unterrichten. Dies wird in den Brevet-II-FK 2011 weitergeführt, damit auf den Sommer 2011 möglichst viele Kursleiter bereits die neuen Module unterrichten können. Zudem können ab Juli 2010 alle interessierten Kursleiter, die ab 2011 die Freiwasser-Module unterrichten wollen, eine Umschulung zum Expert See und Fluss besuchen. Detaillierte Informationen zu den Umschulungen, den Link zum Anmelden für die Freiwasser-Umschulungen sowie generelle Infos zu den neuen Ausbildungsstrukturen findet ihr auf www.slr.ch/de/ausbildung.html.

Bei weiteren Fragen kann auch die Geschäftsstelle der SLRG, Marcel Zbinden, kontaktiert werden via ausbildung@slrg.ch.



teilnehmen durfte. Die Leiterin, Frau Lüthi, war doch ziemlich beeindruckt von meiner Leistung – oder vielleicht auch nur von meinem Enthusiasmus – und bedachte mich beim Abschluss gleich mit zwei Abzeichen.

Diese, Frosch und Pinguin, habe ich noch heute! Pech hatte ich allerdings beim Rückenschwimmen, als ich mit dem Hinterkopf an die Wand prallte. Die Wunde musste genäht werden. Das Rückenschwimmen war also von Anfang an

nicht meine Stärke. Ich habe sogar ein Video, das mich im Kreis schwimmend zeigt.

Trotzdem, das alles tat meiner Freude am Schwimmen keinen Abbruch und noch immer freue ich mich, wenn ich das Hallenbad Wittenbach besuchen kann – wo für mich mit 5 Jahren so vieles begann. Erfahren sie mehr über Dominik in seinem Blog <http://dominikmeichtry.blogspot.com/>

Gönner-Aktion

Werden sie Gönner beim SSCHV und unterstützen sie damit unsere Top-Athleten und Nachwuchskader. www.fsn.ch/supporter. Attraktive Geschenke und Vermittlerpreise (original Swiss Nationalkader Badekappe) warten auf Sie. Swiss Swimming offeriert den drei Schwimmschulen mit den höchsten gesammelten Gönnerbeiträgen eine Schwimmlektion mit einem ihrer Top Athleten.

Personelles

Anlässlich der Delegiertenversammlung vom 13. Januar wurde Frank Lutz zum neuen Präsident des Schweizerischen Schwimmverbandes gewählt. Gleichzeitig wurde Lorenz Liechi neu das Amt des Finanzchefs anvertraut.

Barbara Moosmann
Geschäftsführerin SSCHV

Ausbildung

Alle Ausbildungsangebote für Trainer finden sie auf unserer Webseite www.fsn.ch

J+S Kids 2010 Als J+S-Leiterin oder -Leiter Kids bist du die Bezugsperson und bietest 5- bis 10-jährigen Kindern die vielseitige und polysportive Bewegungs- oder Sportlektion.

Die neue Ausbildungsstruktur J+S-Kids im Schwimmsport ab 2010 sieht folgendermassen aus:

- Kurse in der Grundausbildung werden von den kantonalen Amtsstellen für J+S angeboten (Leiterkurse J+S-Kids: 6 Tage, Einführungskurse in J+S-Kids für Kidstrainer und Leitende aqua-kids.ch von swimpsports.ch: 4 Tage)
- Kurse der Stufe Weiterbildung 1 werden vom Schweizerischen Schwimmverband (www.fsn.ch – Ausbildung – J+S Kids) angeboten und von den kantonalen Amtsstellen für J+S (Fort- & Weiter-



Nouvelles structures de formation SSS

Au 1^{er} janvier 2011, la SSS introduira de nouvelles structures de formation. La nouvelle formation met l'accent davantage sur la prévention et l'estimation du risque au lieu du seul sauvetage de personnes blessées. Les modules introduits pour 2011 sont les suivants :

Brevet de base : ce module enseigne les techniques de base de la prévention des accidents et de la natation de sauvetage en pool (piscine). Il est considéré comme formation de base. Les personnes ayant réussi ce module peuvent suivre d'autres modules comme formations complémentaires.

La SSS recommande ce module à tous ceux qui accompagnent des personnes dans une piscine surveillée.

Brevet pro : en complément au brevet de base, le brevet pro approfondit les techniques de la prévention des accidents et de la natation de sauvetage en pool (piscine). Ce module est recommandé à tous ceux qui séjournent dans des bassins non surveillés ou des bassin d'apprentissage. Les conditions pour suivre le module brevet pro sont la réussite du brevet de base et avoir suivi un cours CPR.

Etant donné que 90% des accidents fatals surviennent dans les eaux libres, la SSS a

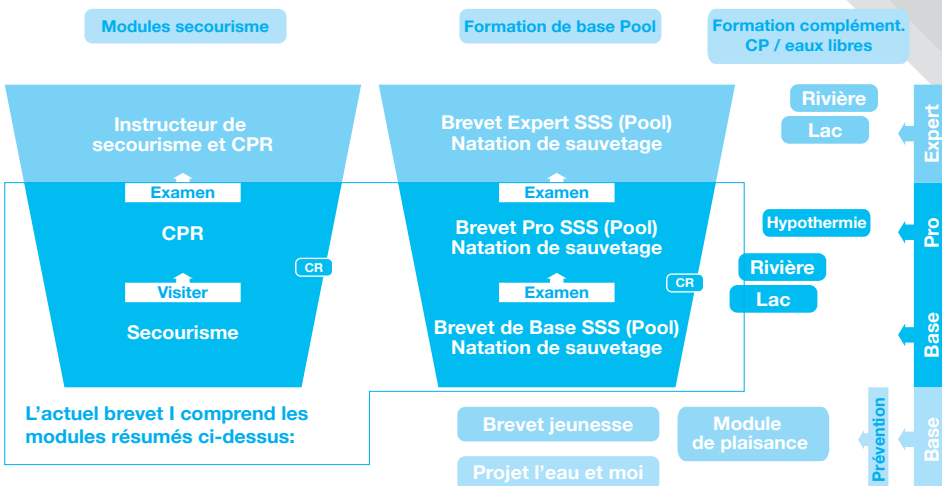
décidé de donner plus de poids à la formation hors piscine, à savoir dans les eaux libres, comme le lac ou la rivière. A cet effet, elle a créé les deux modules lac et rivière.

Dans le domaine du secourisme, il y a le **module secourisme selon Astra** (indispensable pour l'obtention du permis élève conducteur) et le **module CPR** qui sont organisés par les sections SSS.

Actuellement, lors des cours de perfectionnement, les brevetés II sont reconvertis en moniteurs de cours expert pool. Ces personnes disposent du savoir-faire nécessaire pour organiser les modules de base pool et pro pool. Ces cours de reconversion auront également lieu en 2011 afin qu'en été 2011, un grand nombre de moniteurs de cours soit apte et formé à enseigner les nouveaux modules. Par ailleurs, dès juillet 2010, tous les moniteurs de cours intéressés à enseigner les modules eaux libres, peuvent suivre un cours de reconversion pour devenir expert lac / rivière.

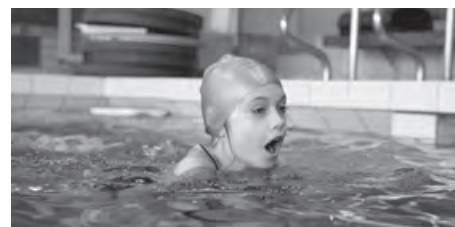
Vous trouverez des informations détaillées par rapport aux cours de reconversion, le lien pour l'inscription aux cours de reconversion en eaux libres et d'autres renseignements d'ordre général sur <http://www.sss.ch/fr/formation.html>.

Si vous deviez avoir d'autres questions, n'hésitez pas à appeler le siège administratif de la SSS. Marcel Zbinden vous renseigne très volontiers, aussi par mail au ausbildung@slrg.ch.



- bildungsmodule: 2 Tage) angeboten.
- Kurse der Stufe Weiterbildung 2 und der Spezialisierung zum J+S-Experten Kids bietet J+S Magglingen an.

Nicole Schrader
Ausbildung SSCHV



Action pour supporters !

Devenez supporter auprès de la Fédération suisse de natation ! Avec votre don de supporter, vous soutenez les athlètes des équipes nationales (Espoirs & Elite) de la Fédération suisse de natation. Pour vous en remercier, nous vous offrons un petit cadeau.

Compétitions Kids

Kids-Cup comme complément aux tests de natation et plateforme idéale vers la Kids-Ligue

Nous ne pouvons pas simplement chronométrer les capacités coordinatrices et techniques d'un enfant. Un entraînement qui vise la diversité à l'âge d'enfants doit aboutir dans une compétition pendant laquelle les enfants peuvent faire preuve de leurs capacités techniques.

Dans sa volonté de garantir une continuité optimale dans la formation des enfants et des adolescents, la FSN a créé, comme complément aux tests de natation et leur suite logique, la Kids-Cup, une compétition adaptée aux enfants qui peut être organisée par les clubs et les écoles.

Contrairement aux compétitions de natation traditionnelles, dont le centre d'intérêt sont les performances chronométrées dans les disciplines de compétition officielles, la Kids-Cup veut tester les capacités coordinatrices et juger l'exactitude des mouvements exécutés.

Cette compétition peut être organisée dans un seul club ou ensemble avec d'autres clubs. Chaque organisateur doit pouvoir choisir librement les exercices à tester et adapter l'organisation à ses propres besoins. Il a aussi le droit de modifier certains éléments dans la mesure que l'idéologie de la compétition reste respectée.

Le règlement de base de la Kids-Cup avec une vidéo de démonstration peut être commandé auprès de la FSN. L'organisa-



teur dispose d'une large liberté d'action et a le droit de modifier certains éléments pour autant de ne pas trahir l'idéologie de la compétition.

Une licence de Swiss Swimming n'est pas nécessaire.

La Kids-Ligue

Une compétition adaptée aux Kids de 11 ans et moins, intéressés par la natation

Les compétitions de la Kids-Ligue servent, en premier lieu, à la promotion d'un sport de natation exercé régulièrement à l'âge des Kids où on cherche à développer les capacités de coordination, la polysportivité et l'esprit d'équipe des enfants.

Elles sont organisées de manière décentralisée dans les fédérations régionales avec trois compétitions de qualification et une finale (régionale) de la Kids-Ligue. Les compétitions de qualification se composent d'épreuves individuelles. La finale (régionale) de la Kids-Ligue est un concours d'équipe avec des relais et sans épreuves individuelles.

Il existe deux programmes de compétition différents : l'un pour les 9 ans et plus jeunes, l'autre pour les 11 ans et plus jeunes.

On effectue, en partie, de simples exercices techniques, ou encore des distances de compétition traditionnelles qui sont toutefois soumises à des règles spécifiques :

- Les temps nagés sont transformés en points Kids
- Les nageurs ayant enfreints les règles sont crédités d'une déduction des points obtenus
- Le classement final est effectué selon les points obtenus.

Ces règles spécifiques expliquent pourquoi un résultat de la Kids-Ligue ne peut être retenu pour les listes des meilleurs dont les résultats doivent avoir été réalisés selon les règles de la FINA.

Contrairement à la Kids-Cup, il faut une licence (simplifiée) de compétition pour participer à la Kids-Ligue.

Kids-Ligue Swiss Swimming pour les écoles de natation

Les enfants suivant des cours dans une école de natation qui n'est pas membre de la FSN peuvent également prendre part à la Kids-Ligue.

Toutefois voici les exigences :

- L'école de natation cherche une collaboration avec un club qui soit affilié à la FSN
- Les enfants de l'école de natation participent sous le nom du club qui les a annoncés auprès de la FSN

- Le club paie une licence simplifiée de Fr. 20.- par enfant et par année
- L'école de natation restitue la somme payée au club qui l'a annoncée

Deux athlètes de Swiss Swimming

Nous avons interviewé deux Top athlètes de Swiss Swimming. Swann Oberson a répondu en français et Domink Meichtry en allemand.

« Comment j'ai appris à nager » By Swann Oberson

- *Quel âge avais-tu ?*

J'ai commencé avec les bébés nageurs, j'avais 6 mois ... ce n'était pas vraiment nager, c'était apprendre les réflexes importants dans l'eau et barboter ! Mais depuis là, je n'ai plus jamais arrêté ! Le moment où j'ai vraiment appris à nager au sens propre, c'était à 5 ans.

- *Où était-ce ?*

Les bébés nageurs, à la piscine des Contamines, où l'eau est assez chaude pour les petits. Ensuite j'ai gravi les échelons dans d'autres piscines genevoises.

- *Qui est-ce qui t'a aidé ?*

Ce sont des cours où les enfants sont accompagnés par leurs parents, j'étais donc avec ma maman. Il y avait également la responsable.

- *As-tu suivi une école de natation ?*

Bien sûr ! Après avoir acquis les principaux réflexes aquatiques, je me suis inscrite à l'école de natation du Natation Sportive Genève, j'ai passé les 5 niveaux de l'école de natation pour rejoindre la filière compétition.

- *Autres expériences ?*

Ma maman nous avait inscrits mon frère et moi aux bébés nageurs car ils envisageaient de partir faire un tour du monde en voilier et il était important que nous soyons accoutumés à l'eau. Lorsque nous sommes partis, mes parents étaient un jour sur la terrasse d'un café en Grèce pendant que je jouais au bord de l'eau ... tout d'un coup ils ont entendu un « plouf » et se sont précipités. C'était moi qui étais tombée dans l'eau, tout le monde était très paniqué et moi toute tranquille, je m'étais simplement mise sur le dos comme je l'avais appris aux bébés nageurs !!!



Plus d'info sur Swann.
www.swannoberson.com

Zusammenarbeit von
swimsports.ch
und **PLUSPORT**
Behindertensport Schweiz

Haben Ihre TeilnehmerInnen besondere Bedürfnisse, körperliche oder psychische Auffälligkeiten? Sind Sie mit Heterogenität in Ihren Gruppen oder Klassen konfrontiert?

PLUSPORT setzt sich nicht nur für ein breitgefächertes und attraktives Sportangebot für Menschen mit Behinderung ein, sondern bietet auch eine qualitativ hochstehende Leiteraus- und Weiterbildungskurse an.

Die zweistufige Ausbildung zum/r BehindertensportleiterIn kann auch in der Ausrichtung Schwimmen abgeschlossen werden. Das dreitägige Assistenzmodul vermittelt Grundlagen zu den Behindertensportarten im Zusammenhang mit dem Sport. Im sechstägigen Leitungsmodul bilden Sportart und Leitertätigkeit die Schwerpunkte. Für SchwimmleiterInnen von swimsports.ch bestehen Quereinsteigsmöglichkeiten in die BehindertensportleiterInnen-Ausbildung. Das Assistenzmodul sowie das Leitungsmodul Schwimmen sind bei swimsports.ch als Weiterbildung anerkannt.

PLUSPORT freut sich über die soeben neu geregelte Zusammenarbeitsvereinbarung. Gerne stehen wir für Ihre Fragen oder weitere Informationen zur Verfügung und freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Das vollständige Aus- und Weiterbildungsprogramm finden Sie auf www.plusport.ch/Ausbildung.

PLUSPORT
Behindertensport Schweiz Ausbildung
ausbildung@plusport.ch

Aquademie-News

Die Wasserfitness entwickelt sich ständig weiter. Der Trend geht klar in Richtung mehr Gesundheitsnutzen (das verlangen unter anderem die Krankenversicherer). Vier Richtungen zeichnen sich ab (entsprechend haben wir die Weiterbildungsthemen für Sie ausgewählt):

1. Rückenbeschwerden vorbeugen:

Rückentraining, Stabilisations-Training

2. **Kraft** entwickeln:
Muskel-Intervall, AquaTop 50plus
3. **Kreislauf** stärken:
Aqua-Cardio, TIEFWasser-Cardio, Power-Training
4. **Hirntraining**:
Aqua-3D FLACHwasser



Rückentraining (FLACHwasser), So, 27. Juni

Kunden/Innen mit Rückenschmerzen betreuen und mit allen den Rumpf stärken sind die wichtigsten Themen dieses Kurses. KundInnen optimal beraten und vielseitig und unterhaltsam trainieren ist heutzutage ein MUSS!

Aqua-3D (FLACHwasser), So, 28. Aug.

Drei Dimensionen der Wasserfitness erleben mit einem motivierenden Aquarobic-Programm für Teilnehmende, die eine etwas komplexere Herausforderung suchen. Die 3D stehen für Kopf (Koordination), Herz (Ausdauer) und Muskel (Kräftigung) im FLACHwasser. Das Programm besteht aus einem Aquarobic- und einem Intervall-Teil und bietet eine tolle Vielfalt.

AquaJogGym-Modul (TIEFWasser), Sa./So. 28./29. August

Das TIEFWasser-Training ist viel mehr als Joggen mit der Weste. Das zeigt dieses Modul in Theorie und Praxis. Tiefwasser-Vorgebildete machen nur den Samstag in kompakter Form.

Aqua-Cardio (FLACHwasser), So, 29. August

Ein schwacher Kreislauf gefährdet die Gesundheit. Das Ausdauertraining im FLACHwasser ist unglaublich vielseitig und fördert auch Menschen die an Land nicht (mehr) joggen könnten.

Stabilisations-Training

TIEFWasser: Sa, 11. September

FLACHwasser: So, 12. September

Ein starker Rumpf ist entscheidend für Gesundheit und Lebensqualität, darum steht bei diesem Programm das Training der Rumpfstabilisation in allen Facetten im Zentrum.

Power-Training (FLACHwasser), So, 19. September

Für langjährige fitte KundInnen ist dieser Kurs mit den fordernden Übungen und den beiden abwechslungsreichen Intervall-Trainings genau das Richtige.

TIEFWasser-Cardio, So, 7. November

Das TIEFWasser-Jogging steht bei diesem Kurs-Rezept im Zentrum: beim Intervall Lauftechnik-Kraft und beim Ausdauertraining mit der BORG-Skala.

AquaTop 50plus, So, 7. November

Top-Übungen so entwickeln, dass sie einerseits effizient aber auch narrensicher in der Ausführung sind, das ist für die Zielgruppe 50plus besonders wichtig. Damit die Übungen nachhaltig nützen, vermitteln wir sie nach sieben Qualitätsmerkmalen und bauen sie über mehrere Wochen auf.

Muskel-Intervall

TIEFWasser: Sa, 13. November

FLACHwasser: So, 14. November

Ohne Kraft sind wir alle schlaff und saftlos. Mit dem Muskelintervall-Training machen Sie Ihre Kunden/Innen straff und knackig.

Weitere Informationen:

www.aquademie.ch,

info@aquademie.ch, 031 990 10 01

Aquademie-News

En 2010, nous intégrons deux nouvelles tendances du sport pour la santé avec des cours de formation continue :

- **Entraînement de la force** dans le cours Force & Mobilité et
- **Entraînement cérébral** (Brainfitness) dans le cours Aquacadabra en eau NON PROFONDE

Aqua-Tools, sa 4 septembre

Vous acquérez un répertoire d'outils d'enseignement (Aqua-Tools) vous permettant de varier et de rendre plus efficace vos cours de fitness aquatique.

Force et mobilité (eau non profonde) di 5 septembre

Un entraînement régulier de la force est toujours plus important pour la forme et la qualité de vie, car un manque de force nuit à la santé.

Aquacadabra eau NON PROFONDE, di 7 novembre

C'est un programme magique comme les aiment les client(e)s confirmés.

Avec le brainfitness vous donnez de nouvelles impulsions au fitness aquatique.

D'autres informations :

www.aquademie.ch/f,

info@aquademie.ch, 031 990 10 01